

## Desayunos

**Tazón de Avena** **Q25**  
Porción de avena caliente con miel de abeja o maple, café americano.

**Yogurt Natural con Granola** **Q30**  
Porción de yogurt natural con granola y miel de abeja, café americano.

**Baguette Universitario** **Q35**  
Pan integral baguette con frijol y queso mozzarella y un toque de salsa ranchera, café americano.

**Baguette con Frijoles y Huevo** **Q37**  
Pan integral baguette con huevo y frijoles, café americano.


**Panqueques** **Q40**  
Porción de panqueques con miel de abeja o maple, mantequilla y jalea, café americano y jugo de naranja.

**Tostadas a la Francesa** **Q40**  
Porción de tostadas con miel de abeja o maple, mantequilla y jalea, café americano y jugo de naranja.

**Ensalada de Frutas con Yogurt** **Q45**  
Ensalada de frutas de la temporada con yogurt natural, granola y miel, café americano y jugo de naranja.

**Huevos al Gusto** **Q50**  
Dos huevos servidos al gusto del cliente (estrellado, tibio o revuelto). Acompañado de pan integral, frijoles volteados, plátano cocido, queso fresco, taza de avena, jugo de naranja y café americano.

**Burrito de Desayuno** **Q45**  
Dos huevos revueltos o estrellados con frijol y salsa tomate dentro de una tortilla de harina. Acompañado de plátano cocido, taza de avena, jugo de naranja y café americano. Si desea se le puede agregar queso. (+Q8)

**Burrito Vegano**  **Q45**  
Tofu sazonado, champiñones, frijol y salsa tomate dentro de una tortilla de harina. Acompañado de plátano cocido, jugo de naranja y café americano.

**Huevos Divorciados** **Q50**  
Dos huevos estrellados cubierto uno con salsa de miltomate y el otro de tomate. Acompañado de pan integral, frijoles volteados, plátano cocido, queso fresco, taza de avena, jugo de naranja y café americano.

**Huevos Californianos** **Q50**  
Dos huevos estrellados servidos con lascas de aguacate y alfalfa. Acompañado de pan integral, taza de avena, jugo de naranja y café americano.

**Omelette Fantasía** **Q50**  
Omelette de dos huevos con hierbas aromáticas, champiñones y queso. Acompañado de pan integral, frijoles volteados, plátano cocido, queso fresco, taza de avena, jugo de naranja y café americano.

\*Los desayunos se sirven hasta las 11:00 am.



Opción Vegana, solicítela



Gluten Free

A su cuenta se le sumara el 10% por servicio

[www.restaurantearboldelavida.com](http://www.restaurantearboldelavida.com)

**Conviértelo en Menú por Q25**

Sopa y Refresco a tu sándwich,  
hamburguesa o ensalada  
Todo a su elección

Agranda tu  
refresco  
por Q5



## Entradas

### **Humus con pan pita** **Q40**

Puré de garbanzo con tahini, ajo y aceite de oliva, servido con pan pita caliente.

### **Nachos con guacamole y frijol** **Q35**

Nachos de maíz servidos con frijol y guacamol.

### **Tostadas** **Q15**

Dos tostadas de maíz untadas de salsa, frijol o guacamol con perejil y queso duro.

### **Ceviche de Champiñones** **Q50**

Champiñones al limón con cilantro, tomate, cebolla. Acompañado de galleta de soda.

## Ensaladas

### **Ensalada de Vida** **Q60**

Lechuga, aguacate, elotitos, palmito, pepino, retoño de alfalfa, zanahoria rallada, granos de maíz, tomate, queso rallado.

*½ Ensalada de Vida Q40*

### **Ensalada Verde** **Q35**

Tomate, lechuga, aguacate, pepino, zanahoria rallada y retoños de alfalfa.

### **Ensalada Portobello y Aguacate** **Q48**

Hongo portobello salteado con rodajas de aguacate, lechuga y alfalfa.


*Solo aguacate Q38*

## Sándwiches y Wraps

### **Sándwich de Aguacate y Queso** **Q37**

Pan baguette integral con guacamol, queso mozzarella, acompañado de una ensalada de lechuga y zanahoria rallada.

*Solo aguacate o solo queso Q33*

*Puede cambiar el queso de los sándwich/wrap/hamburguesa por Tofu* 

### **Derretido de Queso** **Q20**

Rodajas de Pan integral con queso mozzarella derretido, acompañado de una ensalada de lechuga y zanahoria rallada.

### **Sándwich al Pesto** **Q40**

Pan Baguette integral con rodajas de tomate, pepino y queso con salsa pesto de albahaca, acompañado de una ensalada de lechuga y zanahoria rallada.

### **Wrap de Vegetales Salteados** **Q45**

Zucchini, calabacitas, hongos y brócoli salteados en salsa soya envueltos en una tortilla de trigo, acompañado de una ensalada de lechuga y zanahoria rallada.

### **Wrap de Aguacate, Queso y Nuggets** **Q45**

3 Nuggets de soya, guacamole y queso mozzarella envueltos en una tortilla de harina, acompañado de una ensalada de lechuga y zanahoria rallada.

## Hamburguesas

### **Hamburguesa Vegetariana** **Q50**

Tortita de soya y granos elaborada con huevo y pimienta, queso provolone, servida en pan de hamburguesa integral, lechuga, tomate y alfalfa, acompañado de una ensalada de lechuga y zanahoria rallada.

### **Hamburguesa de Hongo Portobello** **Q55**

Hongo Portobello salteado con soya, queso mozzarella, servido en pan de hamburguesa integral, lechuga, tomate y alfalfa, acompañado de una ensalada de lechuga y zanahoria rallada.

### **Soya Burguesa con Humus** **Q50**

Tortita de soya vegana untada de humus, servido en pan de hamburguesa integral, lechuga, tomate y alfalfa, acompañado de una ensalada de lechuga y zanahoria rallada.



Opción Vegana, solicítela



Gluten Free

A su cuenta se le sumará el 10% por servicio

[www.restaurantearboldelavida.com](http://www.restaurantearboldelavida.com)

**Menú del Día Q75**  
Sopa, Plato Fuerte y Refresco  
Todo a su elección


Agranda tu  
refresco  
por Q5


## Sopas

<b>Papa con Puerro</b>			<b>Q30</b>
<b>Tomate</b>			<b>Q30</b>
<b>Güicoy Sazón</b>			<b>Q30</b>
<b>Lenteja</b>			<b>Q30</b>
<b>Frijol Colorado</b>			<b>Q30</b>
<b>Garbanzo y Champiñones</b>			<b>Q30</b>
<b>Champiñones</b>			<b>Q30</b>

## Platos Fuertes


**Lasaña de Espinaca** **Q52**  
Capas de pasta, espinaca y queso mozzarella en salsa blanca o roja, acompañado de una ensalada de la casa.


**Musaca de Berenjena (Lasaña)**  **Q52**  
Capas de berenjena con espinaca y salsa roja. (Queso mozzarella a su elección), acompañado de una ensalada de la casa.

**Pepian de Hongo Ostra Rey**  **Q55**  
Guiso elaborado con chile guaquee, hongo ostra rey salteado, ejotes, papa y zanahoria. Acompañado de arroz blanco.

**Canelones rellenos de Espinaca** **Q52**  
Tubos de pasta rellenos de espinaca y queso ricota y mozzarella en salsa blanca o roja, acompañado de una ensalada de la casa.


**Berenjenas al Parmesano** **Q52**  
Berenjenas empanizadas con queso parmesano y mozzarella en salsa roja, acompañado de una ensalada de la casa.

**Cacerola de Arroz**  **Q55**  
Arroz integral con brócoli, champiñones con queso mozzarella o tofu, acompañado de una ensalada de la casa.

**Berenjena rellena de Quínoa**  **Q55**  
Berenjena horneada rellena de quínoa y cebolla con queso mozzarella o tofu, acompañado de una ensalada de la casa.

**Quiche de la Semana** **Q55**  
Pie salado relleno de vegetales frescos y una base de huevo y queso, acompañado de una ensalada de la casa.

## Arroz

**Vegetales al Vapor con Arroz**  **Q65**  
Una combinación de zucchini, zanahoria, calabacitas y brócoli cocinada al vapor y servida con arroz integral y queso o tofu en una salsa soya.  
*Solo arroz, champiñones y queso o tofu Q60*

## Postres

<b>Cubilete</b>	<b>Q5</b>
<b>Flan de Güicoy</b>	<b>Q20</b>
<b>Mousse de Maracuyá</b>	<b>Q20</b>
<b>Fresas con yogurt o coctel de frutas</b>	<b>Q20</b>
<b>Pie de Macadamia</b>	<b>Q22</b>
<b>Pie del Manzana</b>	<b>Q22</b>
<b>Pastel del día</b>	<b>Q30</b>
<b>2 Bolas de Helado Vainilla</b>	<b>Q20</b>

\* Agréguele helado a su postre por 5



Opción Vegana, solicítela



Gluten Free

A su cuenta se le sumara el 10% por servicio

[www.restaurantearboldelavida.com](http://www.restaurantearboldelavida.com)

## Bebidas Frías

	Normal	Grande
Te Frio	Q12	Q17
Refresco de Tamarindo	Q12	Q17
Refresco de Rosa de Jamaica	Q12	Q17
Refresco de Mora	Q12	Q17
Refresco de Maracuyá	Q12	Q17
Horchata de Mani	Q12	Q17
Agua Gaseosas	Q15	
Botella de Agua Pura	Q8	
Naranjada o Limonada con agua		Q15
Naranjada o Limonada con soda		Q20
Cimarrona		Q20
Licuada de fruta con agua		Q20
Licuada de fruta con leche		Q22
Licuada de fruta con leche soya o yogurt		Q24

## Jugos

	Normal	Grande
Zanahoria	Q20	Q25
Zanahoria, Manzana y Jengibre	Q20	Q25
Zanahoria y Naranja	Q20	Q25
Apio y Piña	Q20	Q25
Zanahoria, Remolacha y Naranja	Q20	Q25
Espinaca, Zanahoria, Manzana y Perejil	Q20	Q25
Piña y Naranja	Q20	Q25
Piña y Fresa	Q20	Q25
Naranja y Polen de Abeja	Q20	Q25
Naranja y Levadura de Cerveza	Q20	Q25



**O si desea combine sus propios ingredientes**

## Bebidas Calientes

Te Caliente de sabores	Q12	
Café estilo americano	Q12	
Café con leche	Q14	(con leche de almendra +Q2)
Café de Cereales	Q15	
Café Capuchino	Q15	(con leche de almendra +Q2)
Café Expreso	Q12	
Café Cortado	Q13	
Chocolate Caliente con agua	Q14	(con leche +Q2 y de almendra +Q4)



Opción Vegana, solicítela



Gluten Free

A su cuenta se le sumara el 10% por servicio

[www.restaurantearboldelavida.com](http://www.restaurantearboldelavida.com)



## Bebidas Alcohólicas

Cerveza Gallo	Q25
Cerveza Cabro	Q25
Cerveza Dorada	Q25
Cerveza Moza	Q27
Cerveza Monte Carlo	Q27
Michelada	Q35
Copa de Vino de la casa	Q40
Botella de Vino de la casa	Q110

## Porciones Adicionales

Porción Queso	Q12	Porción Leche Adicional	Q5
Porción Frijol	Q10	Porción Nachos	Q5
Porción Aguacate	Q10	Porción Pan	Q6
Porción Guacamole	Q10	Porción Pan Pita	Q8
Porción Tofu	Q15	Porción Crema	Q3
Porción Arroz	Q10	Botecito Aderezo Adicional	Q3

## Productos Para Llevar

Botella de Aderezo de la casa (8oz)  
Botella de Aderezo de mostaza y miel (8oz)  
Loaf de Pan Integral  
Pan Integral para Hamburguesas  
Pan Integral para Sándwich  
Postres Completos \*  
Quiche del Día Completo \*  
Lasaña Grandes (8 personas) \*

\*con un día de anticipo



Opción Vegana, solicítela



Gluten Free

A su cuenta se le sumara el 10% por servicio

[www.restauranteardelavida.com](http://www.restauranteardelavida.com)